

EL VALOR DEL INFLUJO PSIQUICO EN LAS TERAPIAS COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Autores: Romina Torales

e-Mail: rtorales77@hotmail.com

Palabras clave (Keywords): cognitivo comportamental sugestion psicoanalisis

Resumen

El auge de las Terapias Cognitivas Comportamentales (TCC) se debe a diferentes factores, uno de ellos y el más importante es la prevalencia que tiene en el mercado de la salud ante cualquier forma de terapia. La eficacia terapéutica es evaluada por el mismo que la difunde.

Albert Ellis y Aaron Beck después de pasar por el psicoanálisis comienzan a trabajar con las terapias cognitivas, postulando que “el hombre es un procesador de información” por lo tanto es posible delimitar los datos de la realidad y su significación correspondiente. El pensamiento, la emoción y el comportamiento serán presentados como sistemas interdependientes, así la modificación de uno influirá en los otros. Un cambio en lo cognitivo tendrá como correlación consecuencias en el ánimo y la conducta.

Las terapias cognitivas definen sus modos de intervención como un “trabajo psicoeducativo” o de entrenamiento, ya que el trastorno estaría sostenido por creencias irracionales o pensamientos automáticos que el paciente deberá rastrear para luego con ayuda del terapeuta crear “alternativas” que derivarían en un pensamiento racional.

Para estas terapias lo fundamental del tratamiento reside en la relación terapéutica, de qué manera el paciente confirma los esquemas disfuncionales en su vínculo con el terapeuta y su medio.

Teniendo en cuenta la base empírica de esta terapéutica, es decir los resultados clínicos, me propongo investigar lo que creo el eje central de intervención, esto es, la relación terapeuta-cliente, también presentada como relación transferencial y contratransferencial.

Tomaré como referencia las primeras conceptualizaciones que realiza A. Beck acerca de las depresiones, donde se vislumbra el pasaje que realiza desde el psicoanálisis, intentando delimitar a qué se debe dicho pasaje y cuál es la eficacia terapéutica que sostiene el aparato teórico de las terapias cognitivas. Voy a trabajar con la hipótesis de que el término clave en estas terapias es la influencia que ejerce el terapeuta en su cliente. Para luego dejar planteadas las siguientes preguntas: ¿Es la sugestión un factor válido para una disciplina que se pretende científica? ¿El aparato teórico sigue teniendo validez con este modo de intervención?. El psicoanálisis ya lo había destacado Claude Lévi-strauss también forma parte de intervenciones influidas por la sugestión pero existe una diferencia que quizás sea tema para otro trabajo.